



Newsletter Association Phenix - Octobre

Chers adhérents et adhérentes, alors que l'automne est déjà bien engagé les newsletters sont de retour.

Elles vous permettront d'être informés sur les sorties à venir, d'en apprendre plus sur les membres grâce à nos fiches de sportif et d'avoir une rétrospective sur les sorties que nous avons fait le mois précédent

La sortie du mois : La Patinoire

Sortie patinoire et match de hockey : un dimanche qui change !

Dimanche 27 septembre, une petite dizaine de membres de l'association a chaussé les patins à la patinoire de Marseille. Pour la plupart, c'était une première sur ce sport qui sort du commun et qui peut être redouté par certains.

Les patins ne sont pas toujours faciles à apprivoiser. Entre les premières chutes, l'équilibre difficile à trouver et les chutes, la peur a parfois pris le dessus. Mais chacun a continué à essayer à son rythme, et la plupart ont fini par tenir debout, glisser et prendre en confiance. C'est là le plus beau résultat de la journée : avoir osé tester des choses nouvelles, même celles qui faisaient peur.



Grâce à l'invitation de l'équipe des Spartiates de Marseille, le groupe a pu assister à un match de hockey sur glace. Notre équipe affrontait les Aigles de Nice. Ce match était le premier match de hockey pour la plupart des participants. L'ambiance des tribunes, très proche de ce qu'on imagine des grands matchs américains, a marqué les esprits, on se croirait presque en train de regarder un match au Canada ou aux Etats-Unis. Un moment riche, à la fois sportif et humain, qui sort de l'ordinaire.

Un grand merci au comité des Spartiates pour cette invitation !





Sortie à venir :

OM – Le Mans au Vélodrome

Le **22 novembre**, nous vous proposons une sortie à un match de l'OM au stade Orange Vélodrome, face à l'équipe du Mans.

Le départ d'Aix-en-Provence est prévu à **17h**.

Le Vélodrome, c'est une ambiance unique, des tribunes qui chantent du début à la fin et un stade qui vibre à chaque action. Que l'on soit passionné de football ou simplement curieux de cette atmosphère, c'est une sortie à ne pas manquer.



Journée sport dédiée aux femmes : rendez-vous le 12 novembre !

Une journée découverte pour les femmes !

Le **12 novembre**, de **10h à 15h**, nous organisons une journée sportive réservée aux femmes, au gymnase **Henri Michel, à La Duranne**.

Au programme : découverte de l'escalade, du handball, de l'athlétisme et de la danse, sur le thème des années 80.

L'objectif est simple : essayer de nouvelles activités, s'amuser et déconstruire les représentations des femmes en situation de handicap dans le sport.

Pour partager un moment convivial, pensez à apporter votre pique-nique : nous mangerons tous ensemble. Et si l'envie vous en dit, venez habillées aux couleurs des années 80 !





Vente de chocolats : soutenez les projets de l'association Phénix !

C'est reparti pour notre vente de chocolats ! Chaque achat soutient directement les projets de l'association.

Les fêtes de fin d'année sont l'occasion idéale de déguster et d'offrir de bons chocolats. Pensez à votre famille, à vos amis, à vos voisins, et même à vos collègues !

Il y a des chocolats pour tout le monde, des assortiments, des tablettes, pour les enfants, des pâtes à tartiner, et même des biscuits !

Comment commander ?

En ligne : rendez-vous sur notre boutique à l'adresse <https://asso.initiatives.fr/c1/AWBYAV> et saisissez le code **AWBYAV**.

Par bon de commande : remettez votre bon de commande, accompagné de votre règlement. Le chèque est à l'ordre de ASSOCIATION PHÉNIX.

Date limite de commande : **dimanche 15 novembre**, les chocolats seront livrés avant Noël !





Profil de sportif

Défenseur de l'équipe, Maxime Bouillet vit au rythme du sport. Le football occupe une place centrale dans sa vie, mais il ne s'y limite pas : la pétanque fait aussi partie de ses passions.



Ce qui le motive aujourd'hui, ce sont avant tout les relations humaines au sein du groupe. Il cite plusieurs coéquipiers, Quentin et Christopher, mais c'est surtout le coach qu'il met en avant, qu'il décrit comme très bon



Le saviez vous ?

Le plat préféré de Maxime sont les Doritos, qu'il partage avec une sauce barbecue



Profil de sportif

Jordan Erignac joue au poste d'attaquant. Son sport préféré reste le football, et c'est sans doute ce qui explique son goût du but : il aime marquer.



Ce qu'il apprécie le plus dans l'équipe, ce sont ses coéquipiers. comme Christophe, Max, Jean et Ludo. Il garde aussi un souvenir amusé d'un petit pont réussi sur Jonathan.



Le saviez vous ?

Côté préférences culinaire le plat préféré de Jordan sont les frites !



Sorties



25 €

Patinoire et Match de Hockey (Les spartiates)

Dimanche après-midi,
27 Septembre



30 €

Course algernon

Dimanche en journée,
11 Octobre



20 €

Randonnée

Samedi en journée,
24 Octobre



40 €

match OM/Le MANS

Samedi 21 Novembre ou
Dimanche 22 novembre



180 €

Week end randonnée et terroir à L'isle sur la sorgue

Samedi 28 Novembre à Dimanche
29 Novembre



25 €

Carrières des lumières et balade aux Baux de Provence

Samedi après-midi,
12 Décembre



25 €

Quiz room

Vendredi soir,
18 Décembre



☎ 06 84 92 68 43

✉ activites@assophenix.fr

Association Phénix Place Romée de Villeneuve.

Le ligourès, 13090, Aix en Provence

www.assophenix.fr | contact@assophenix.fr

06 84 92 68 43